PROGRAMUL unui STIL DE VIATA APETISANT
L.L.P. – Luscious Lifestile Program
Jasmuheen

UN PROGRAM de 8 PASI: 8 PASI la 8 HZ catre PARADIS

Combinarea L.L.P. si a Codurilor ne schimba Biocâmpul Personal la o rezonanta de 8 hrz. Pamântul bate la 8 cicluri pe secunda, adica 8 hez, asa cum este determinat de rezonanta fundamentala Schumann. Ce este aceasta? Ei bine, în spatiu, undele electromagnetice salta de pe suprafete conductive. Asa sunt traversate distantele lungi de undele radio. Înconjurând Pamântul, exista un complex cu multe straturi de particule încarcate, numit ionosfera, care actioneaza ca un reflector pentru semnale radio de lunga frecventa. Conductivitatea ionosferei se schimba permanent, ca raspuns la emanatiile solare: flacari, pete solare si unde de multe frecvente.

Unele dintre aceste unde înconjoara ionosfera, iar altele înconjoara Pamântul, formând doua sfere conductoare concentrice în jurul unui volum închis. Aceasta creeaza o unda între cele doua starturi. E nevoie de 1/8 dintr-o secunda pentru a înconjura circumferinta Pamântului la viteza luminii, astfel ca rata pulsului pamântesc este de 8 cicluri pe secunda sau 8 herti. Alt aspect a acestei diferente în încarcatura electromagnetica dintre ionosfera si Pamânt, sunt loviturile de fulger, care se petrec în numar mare tot timpul în jurul Pamântului.

Astfel ca rata de bataie de inima a Pamântului este 8 hz. 8 hz este ritmul undelor cerebrale alfa, atunci când ambele emisferele sunt perfect sincronizate. Aceasta trezeste cele 90% din creier care nu sunt folosite în mod normal. Constienta obisnuita opereaza de la 14 la 40, iar cele 10% care functioneaza apartin în general emisferei drepte.

Albert Einstein spune în faimoasa sa Teorie a Relativitatii Generale ca daca celelalte 90% pot fi activate, formula sa clasica, $e = mc^2$, va deveni $e = mc^4$. El spune ca corpul se va transforma în energie pura daca cei 8 hz pot fi mentinuti. Acesta este cunoscut precum corpul Curcubeu sau corpul de Diamant în termeni esoterici. Stiinta a demonstrat acum ca cei 8 hz nu pot fi blocati de orice metal electromagnetic ecranator sau chiar de un vid triplu. Se roteaza în spatiul virtual.

Cum ajungem la aceasta stare de dezvoltare mentala? Raspunsul este stilul de viata, felul în care ne petrecem fiecare moment al fiecarei zile.

Calitatea si cantitatea sanatatii si fericirii pe care o experimentam este un rezultat direct a cât de bine acordate sunt Biocâmpurile noastre Personal si Social. Acesta este jocul prosper si nu doar cel de supravietuire. Este folosirea postuli de potential complet care canalizeaza aceste raspunsuri la întrebari automat, precum „cine sunt eu, ce fac aici?” si asa mai departe.

În Stiinta Biocâmpului nu exista misticism în creatie. În aceasta stiinta, teologia si cosmologia merg alaturi, iar revelatia Divina, experienta Divina ca încântarea Divina si tot ceea ce se spune despre ea în Scripturi, pot cu totii sa le obtina. Reteta 2000 ne ofera experienta iubirii, sanatatii, bogatiei si multe altele.

Stiinta Biocâmpului este cheia. Nu o stiinta limitata a carei cercetatori folosesc doar 10% a capacitatii creierului lor – ci Stiinta Luminii Superioare care ne învata cum sa ne acordam câmpurile. Exista legi care pot fi aplicate si experimentate personal, însa trebuie sa dezvoltam o anumita sensibilitate pentru a face acest lucru. Acesta este un beneficiu imediat al Programului unui stil de viata apetisant în 8 puncte, deoarece reteta functioneaza astfel….

PROGRAMUL unui STIL de VIATA APETISANT consta în efectuarea zilnica a

1. MEDITATIEI;
2. RUGACIUNII;
3. PROGRAMARII;
4. DIETEI VEGETARIENE;
5. EXERCITIULUI;
6. SERVICIULUI;
7. TIMP ÎN TACERE ÎN NATURA;
8. FOLOSIRII de ÎNCANTATII, MANTRE si CÂNTECE DEVOTIONALE.

L.L.P. – PASUL 1 – MEDITATIE:

Meditatia este cunoscuta de mult timp ca fiind o metoda de de-stresare si ca aduce pacea interioara si exterioara. Ne acordeaza de asemenea si ne deschide canalele pentru comunicarea Biocâmpului Dimensional. Meditatia ne poate reîncarca Biocâmpul Personal atunci când ni se descarca bateriile, permitându-ne sa ne racordam la o sursa infinita de energie care sustine toate câmpurile si este atrasa prin Biocâmpul Dimensional.

Exista multe tehnici de meditatie valoroase, care, atunci când sunt practicate regulat, vor obtine o schimbare profunda si de durata în rezonanta Biocâmpului Personal. În esenta, meditatia este concentrare pura si perfecta asupra unui punct pur si perfect. Cere-i DOW-ului tau sa-ti aduca instrumentele si/sau învatatorul de meditatie perfecte. Meditatia zilnica ne mentine curati, eliberati de atasamente si acordati la o frecventa mai rafinata. Ne permite sa ne acordam-fin si sa controlam semnalele pe care le emitem si controleaza constant experientele noastre de viata, creând realitatea asa cum dorim noi sa fie.

Meditatia este esentiala pentru a construi o punte între lumea fizica, care cuprinde Biocâmpurile noastre Personal, Social si Global, si lumea non fizica a tarâmurilor superioare ale Biocâmpului Dimensional. În aceste tarâmuri putem câstiga accesul clar la întelepciune si cunoastere. Este apoi important pentru noi sa le permitem întelepciunii si cunoasterii sa se manifeste în viata noastra de zi cu zi, care în schimb nu afecteaza numai Biocâmpul nostru personal, ci de asemenea si pe cel Social, Global si Dimensional.

Detalii despre meditatie, acordarea Biocâmpului Personal si întelegerea corpurilor noastre ca fiind un sistem de energie, se gasesc în cartea mea, *În Rezonanta.* În mod simplist, ceea ce clasificam ca fiind meditatie, poate fi prezentat în compartimente de sapte aplicatii de baza, toate rafinându-ne Biocâmpul Personal. Ele sunt de importanta egala si pot fi enumerate astfel:

- Acordarea prin tehnicile Bio-Stiintei.
- Marirea sau deschiderea FORTEI DOW.
- De-programarea si re-programarea Biocâmpurilor Personal de Grup si Planetar.
- Accesarea si decodarea informatiilor personale din Biocâmpul Dimensional.
- Controlarea viselor si calauzirea – explorarea Biocâmpului Dimensional.
- Accesarea memoriei celulare din câmpuri.
- Experimentarea iubirii neconditionate, bucuriei si extazului.

1. ACORDARE: Primul aspect sau „utilizare" a meditatiei pentru acordarea Biocâmpului Personal este controlul frecventei, iar în Stiinta Biocâmpului se obtine prin tehnici de respiratie, lumina si sunet. Acestea ne permit:

- De-stresarea cu naturalete si usurinta.
- Marirea sau crearea sentimentelor de pace interioara profunda si de liniste.
- Marirea raportului de lumina din câmpurile noastre de energie si astfel sa ne acordam la pulsul Biocâmpului Dimensional.
- Curatirea tuturor structurilor celulare de „rugina", poluanti, memorie sau emotii negative.
- Vindecarea structurii celulare si eliminarea bagajului emotional negativ.
- Regenerarea celulelor, astfel creându-se sanatatea vibranta, radianta.
- Crearea BIO-SCUTURILOR.

Program DOW: „Cer DOW-ului meu sa ma aduca în echilibru perfect la toate nivelurile fiintai mele acum. Asa sa fie. Asa sa fie. Asa sa fie."

Prin folosirea tehnicilor Biocâmpului în meditatie, chakrele coroanei, de baza si de înaltare urmeaza acordarea, asa cum face si hipotalamusul, care este televizorul nostru interior. Glandele noastre pituitara si pineala urmeaza de asemenea rafinari subtile sau mai intense, în functie de capacitatea noastra de a gestiona noile frecvente. Atunci când aceste glande sunt acordate la o frecventa de 8 hz, ele maresc producerea de nectar Amrita si de fluid pineal, o substanta cunoscuta ca stimuleaza extazul undelor cerebrale. Deseori se formeaza un grilaj începând cu chakra înaltarii, de la spatele capului, deoarece primeste majoritatea descarcarilor (downloads, n.t.) DOW, iar grilajul conecteaza astfel aceasta chakra la centrii energetici care se afla între omoplati. De aceea, multi initiati se plâng de disconfort în aceasta zona, pe masura ce se acordeaza la innernet (reteaua interioara, n.t.).

Asa cum am scris în cartea mea, *În Rezonanta,* în capitolul despre „Crearea Corpului de Lumina", aceasta determina multe efecte fizice. Felul în care ne acordeaza DOW la innernet depinde atât de instruirea din

vietile noastre anterioare, cât si de Amprenta Divina din viata noastra actuala, însa, totusi, toate reglarile de grilaj innernet sunt bazate pe principiile Biocâmpurilor si a Stiintei Luminii Superioare.

În mod simbolic, lumina este cunoastere, iar în idiogramele chinezesti ming, sintetizeaza lumina soarelui si lumina lunii, iar pentru chinezii budisti are întelesul de „iluminare". În Islam, En Nar, (lumina) este aproape identica cu Er-Ruh sau Spirit. În Kabala, lumina raspândeste (Lar) din punctul primordial care a creat spatiul.

„Sa se faca lumina" vine din cartea Genezei si înseamna sa se aduca ordine în haos, deoarece lumina urmeaza întotdeauna dupa întuneric, în ordinea manifestarii cosmice, ca si în cea a iluminarii interioare. Este de asemenea interesant de observat ca toate Scripturile povestesc despre lumi de întuneric si lumina.

---

2. FORTA DOW: A doua utilizare a meditatiei este pentru deschiderea catre FORTA DOW. Cea mai buna cale de a mari FORTA DOW si de a ne racorda la calauzirea Sa perfecta este prin a fi tacuti, acordându-ne prin respiratie, mantre si lumina alba si cerând DOW-ului nostru sa ni se arate. Deoarece avem liber arbitru, *nu ne va fi acordata nici un fel de calauzire, daca aceasta nu este ceruta.* Acesta este legea STIINTEI BIOCÂMPULUI. Daca nu cerem, nu putem primi.

A fost din totdeauna un aspect al societatii Occidentale ca oamenii sa caute raspunsuri în afara lor - sa se uite la parinti, rude, biserici sau guverne pentru a le spune cum sa-si traiasca vietile. Cu toate acestea, în Stiinta Biocâmpului, noi recunoastem ca pastram în memoria celulara toate raspunsurile întrebarilor noastre.

Program DOW: „Îi cer DOW-ului meu sa mi se arate în toata gloria Sa, sa ma vindece, sa ma iubeasca si sa ma hraneasca, astfel încât sa pot fi în starea mea perfecta. Asa sa fie. Asa sa fie. Asa sa fie."

---

3. DE & RE-PROGRAMEREA: Al treilea aspect al mediatiei este timpul tacut pe care ni-l ofera pentru a ne de-programa si re-programa diversele Biocâmpuri. Acesta este o parte foarte valoroasa a timpului nostru de meditatie/contemplatie, deoarece ne permite sa *audiem si sa stergem casetele interioare* si ne permite sa cream realitatea pe care o dorim.

Timpul petrecut în contemplatie, în care ne evaluam toate tiparele de gândire si actiune, ne va da timp pentru a rescrie si introduce noi programe pentru baza de date a memoriei noastra constienta si subconstienta, care, în schimb, afecteaza frecventa Biocâmpului nostru Dimensional.

---

4. ACCESAREA SI DECODAREA INFORMATIILOR DIN BIOCÂMPUL DIMENSIONAL: Din cercetarea mea, practicarea meditatiei si comunicarea în cadrul Biocâmpului Dimensional, am ajuns sa înteleg ca noi pastram în interiorul Corpului nostru de Lumina, propria noastra Amprenta Divina pre-codata. Aceasta Amprenta Divina este ca o matrice de lumina vie care mentine nu numai scopul destinului nostru si

rolul nostru în aceste timpuri, ci si Planul mai Mare sau Celest – destinul pre-stabilit al umanitatii colective. Prin urmare, suntem atrasi între noi ca magneti (în functie de vibratiile si semnalele pe care le emitem) pentru a ne putea îndeplini rolurile la unison si în armonie.

Atunci când lucram cu FORTA DOW, ghidul nostru este întotdeauna bucuria. Atunci când simtim bucurie, suntem pe calea cea buna. Atunci când am dezvoltat o calauzire DOW clara, vietile noastre înfloresc si-si manifesta scopul. Pe masura ce ne rafinam mai departe Biocâmpul Personal, si experimentam Biocâmpurile Dimensionale, devenim mai altruisti si dorim sa lucram pentru binele întregului si nu numai pentru cel individual. Aceasta este o parte naturala a acordarii Biocâmpului Personal.

---

5. CONTROLAREA VISELOR: A cincea utilizare a meditatiei este de a curata locul pentru vise. Daca petrecem timp în contemplatie înainte de a adormi, vorbind cu noi însine despre ziua care a trecut sau despre viata în general, mintea subconstienta nu va trebui sa mai aduca în atentia noastra – prin vise – toate problemele nerezolvate de care trebuie sa ne ocupam. Acest lucru ne ofera timp si spatiu pentru a explora Biocâmpul Dimensional si sa ne bucuram de experientele corpului asa cum ne calauzeste DOW-ul nostru – cel mai bun ghid inter-dimensional pe care îl avem.

---

6. ACCESAREA MEMORIEI CELULARE: O a sasea utilizare a meditatiei este accesarea memoriei celulare din Biocâmpurile noaste Personal si Dimensional. Aceasta curge din „înalturi", deoarece tot ceea ce na trebuie pentru a ne îndeplini rolul destinat este pastrat în interiorul nostru.

Program DOW: „Cer DOW-ului meu sa-mi reveleze acum clar, într-o forma pe care s-o înteleg perfect, orice informatie de care am nevoie, din orice viata – trecuta, prezenta sau viitoare – care sa ma ajute sa-mi îndeplinesc rolul meu în Planul Paradisului."

---

7. EXPERIMENTAREA EXTAZULUI SI A IUBIRII NECONDITIONATE: O a saptea modalitate de utilizare a meditatiei, este de a experimenta iubire neconditionata, bucurie si extaz. Un singur moment în care te simti iubit complet este suficient de puternic pentru a crea dependenta pe viata. Aceasta este o stare de constienta care ne duce dincolo de minte si simturi. Unica constienta de dobândit este „sindromul timpului pierdut" – disparem undeva în meditatie profunda, iar dupa, ne amintim de sentimente intense de iubire si extaz. Ne simtim realiniati, dilatati si plini de o pace profunda.

Pentru mine, extazul poate fi comparat cu a fi lovit de fulger. O raza de energie super-încarcata, care strapunge cumva prin câmp, imprimând totul cu stralucirea sa. Chiar nu exista cuvinte pentru a descrie frumusetea acestei Splendori Supreme atunci când ne acopera si ne îmbratiseaza. În Stiinta Biocâmpului, Splendoarea Suprema este o radiatie naturala a FITNESS-ULUI pentru PATRU CORPURI.

A fi în acest câmp, înseamna topirea pâna la centrul nostru si ne lasa fara cuvinte. Pe masura ce sentimentele se aprind în interiorul tau, apare o senzatie asemanatoare luminilor dintr-un pom de Craciun, care se aprinde

într-un impuls de pâlpâieli electrice ce ne inunda celulele, hranindu-le pâna când nu mai vor nimic. Nici un alt sentiment nu este atât de satisfacator. Iar apoi vine tacerea. Pe masura ce un sentiment de extaz ne copleseste, putem doar sa acceptam Gratia. A fi atât de iubit si exaltat dintr-o data, pâna când tot ceea ce suntem este iubire – acesta este extazul câmpurilor în cadrul acestei zone.

În meditatie se încorporeaza deseori tehnicile de respiratie, lumina si sunet si, de asemenea, se foloseste imaginatia, care deschide usile catre Stiinta Biocâmpului Dimensional.

EXERCITII DE MEDITATIE:

A – RESPIRATIE: Respiratie folosind narile alternativ

Exista multe tehnici diferite de respiratie, iar respiratia prin alternarea narilor creeaza echilibru si este o acordare perfecta atât pentru Biocâmpul nostru Personal, cât si pentru Biocâmpul Dimensional. Ne încurajeaza de asemenea sa învatam sa respiram total si egal, prin fiecare nara.

Respiratia prin alternarea narilor intentioneaza sa produca acelasi rezultat în meditatiile noastre, si anume, sa obtina echilibrul în toate. Vei observa ca preferi una dintre nari.

În Stiinta Biocâmpului, în mod simbolic, soarele este corelat cu nara noastra dreapta, iar luna cu cea stânga. Canalul drept, de la baza coloanei vertebrale, este în mod traditional cunoscut ca pingala, care este rosu. Poarta respiratia din nara dreapta, care e de energie solara, masculina si activa. Canalul stâng este mentionat ca ida, însemnând „împrospatare" si este galben pal sau alb. Respiratia pe care o poarta de la nara stânga este de energie lunara, feminina, racoritoare. Asadar, în Stiinta Biocâmpului, nemurirea si moartea sunt corelate simbolic cu nara dreapta, respectiv stânga.

Fiind asezat în meditatie, poate vei dori sa experimentezi respiratia prin alternarea narilor, împreuna cu folosirea mantrelor.

Respiratia DOW: A SIMTI RITMUL DOW-ului TAU:

- Stai în tacere si muta-ti focalizarea pe spatiul din spatele respiratiei tale.
- Respira profund din chakra sacrala, imaginându-ti ca absorbi energie de la aceasta sursa a soarelui interior central. Continua sa respiri fin, adânc si conectat, fiecare inspiratie fiind conectata cu fiecare expiratie – fara pauza.
- Mentine acest ritm de respiratie circulara – numarând 7 la inspiratie si 7 la expiratie, pâna când stabilesti ritmul, apoi relaxeaza-te si concentreaza-te din nou pe acea forta subtila din spatele respiratiei tale – DOW-ul tau.

Respiratia IUBIRII: A SIMTI si A TRIMITE IUBIRE:

- Închide ochii, respira adânc de câteva ori si relaxeaza-te.

- Imagineaza-ti ca inima ta este o usa deschisa si ca inspiri iubire prin inima din tarâmurile interioare, mai înalte ale Biocâmpului Dimensional.
- Inspira si imagineaza-ti ca absorbi energia iubirii pure si neconditionate, direct din inima Fortei Supreme a Creatiei – Computerul Cosmic.
- Incanteaza pe masura ce inspiri: „Eu sunt iubit."
- Pe masura ce expiri, incanteaza: „Eu iubesc."
- Pe masura ce expiri, imagineaza-ti cum iubirea pura curge prin inima ta în fiecare celula a corpului tau.
- Repeta aceasta de 5 ori înainte de a mai face vreo meditatie.
- Fii foarte prezent în corpul tau, simte cum celulele raspund atunci când le umpli cu iubire.
- Aceasta meditatie poate fi facuta în orice situatie, stând în picioare, stând jos sau culcat, în public sau în particular. Acordeaza toate Biocâmpurile simultan.

Acesta este respiratia IUBIRII DOW. DOW-ul ne hraneste la toate nivelurile. Prin respiratia si concentrarea noastra asupra sa, Îi simtim ritmul de iubire.

B – OBICEIUL DE A MEDITA:

INTENTIE: A-ti lua angajamentul fata de tine însuti ca vei trai viata la potentialul maxim într-un fel care îi onoreaza pe toti.

ACTIUNE: Începe un program zilnic de meditatie – 30 de minute în fiecare dimineata si seara. Cercetarea demonstreaza un efect înzecit fata de o singura meditatie pe zi. Daca meditezi deja dimineata si seara, atunci fa ca fiecare zi sa fie o meditatie lunga, prin mentinerea focalizarii pe energia din spatele respiratiei tale. Acest lucru te va acorda la un nivel mai adânc de constienta.

Rezultat: Constienta marita a DOW-ului tau, plus pace interioara, somn si sanatate îmbunatatite. Meditatia promoveaza detasarea, abilitatea de a actiona cu calm, decât a reactiona din emotii.

Program Download DOW: Îmi dedic viata pentru a fi o forta pozitiva si armonioasa pe planeta Pamânt.

C – DESCARCAREA NUMELUI DOW-ului NOSTRU:

Numele din Stiinta Biocâmpului, ca si mantrele, poarta vibratii specifice, iar folosirea numelor DOW-ului nostru îi stimuleaza radiatia prin Biocâmpul nostru Personal.

- Cere-i DOW-ului tau sa-si reveleze numele, prin incantarea continua:

„Eu sunt Fiinta Suprema ________." Apoi asteapta sa primesti un nume. Îl vei recunoaste atunci când inima va simti o mare bucurie si îl vei simti intuitiv potrivit pentru tine.

- Incanteaza numele DOW-ului tau în continuu si simte cum raspund celulele tale.

În Stiinta Biocâmpului, sensibilitatea de a simti celulele noastre cum raspund provine din acordarea Biocâmpului Personal si prin aplicarea L.L.P.; toata schimbarea se bazeaza pe iubire.
